



Cité Scolaire Kerichen

Collège Kerichen - Lycées Kerichen - Lesven - Vauban

Service Autonome à Comptabilité Distincte

Un menu équilibré doit se composer d'un élément de chaque famille alimentaire, représentées en bas.

Les codes couleurs sont reproduits dans le menu afin de vous aider à composer votre repas.

Menu du 05 octobre au 10 octobre 2009

Midi		Soir
<p>Crudités variées ou Taboulé ou Avocat ou Salade angevine ou Pâté en croûte ou Salade auvergnate ou Salade hongroise ou Salade aux noix</p> <p>Estouffade irlandaise ou Nuggets</p> <p>Frites et/ou Brocolis aux lardons</p> <p>Fromage blanc</p>	<p>L u n d i 0 5</p>	<p>Salade de pâtes ou Tomates ou Chou-fleur ou Jambon blanc</p> <p>Haut de cuisse de poulet</p> <p>Semoule et/ou Légumes couscous</p> <p>Fruit au choix</p>
<p>Crudités variées ou Crevettes mayonnaise ou Salade plouviennaise ou Salade de mâche au bleu</p> <p>Spaghetti bolognaise ou Spaghetti carbonara</p> <p>Biscuit</p>	<p>M a r d i 0 6</p>	<p>Salade piémontaise ou Tomates sauce boulba</p> <p>Bouchée à la reine</p> <p>Riz et/ou Julienne de légumes</p> <p>Crème dorée</p>
<p>Crudités variées ou Macédoine surimi ou Mousse de canard ou Betterave rouge crue ou Coquille de poisson mayonnaise</p> <p>Navarin d'agneau ou Rôti de porc sauce diable</p> <p>Semoule et/ou Courgettes cuisinées</p> <p>Crème dessert</p>	<p>M e r c r e d i 0 7</p>	<p>Carottes râpées ou Chou blanc massala</p> <p>Endive au jambon ou Jambon au porto</p> <p>Coquillettes et/ou Carottes vapeur</p> <p>Cocktail de fruits frais</p>
<p>N : Feuilleté hot-dog ou Tartelette au thon</p> <p>S : Crudités variées ou Salade de coquillettes au basilic ou Œuf mayonnaise</p> <p>Filet de poisson pané ou Poisson du jour</p> <p>Riz et/ou Trio de légumes</p> <p>N : Yaourt brassé</p> <p>S : Kouign amann ou Tarte normande</p>	<p>J e u d i 0 8</p>	<p>Salade suisse ou Rouleau de la mer</p> <p>Sauté de porc</p> <p>Printanière de légumes</p> <p>Liégeois</p>
<p>N : Crudités variées ou Taboulé ou Œuf mayonnaise</p> <p>S : Feuilleté hot-dog ou Tartelette au thon</p> <p>Escalope de dinde à la crème ou Cordon bleu</p> <p>Tortis et/ou Carottes vapeur</p> <p>N : Kouign amann ou Tarte normande</p> <p>S : Yaourt brassé</p>	<p>V e n d r e d i 0 9</p>	<p>Pâté de foie ou Salade de riz ou Jambon blanc</p> <p>Fish and Chips</p> <p>Ile flottante</p>
<p>Entrées diverses</p> <p>Merguez</p> <p>Purée</p> <p>Desserts variés</p>	<p>S a m e d i 1 0</p>	

Légume ou fruit cru
Légume ou fruit cuit
Féculent
Plat protidique
Produit laitier



Le Médecin
E. Espérandieu
D. Ferrec

Le Gestionnaire
J.-M. Piton

Le Proviseur
P. Johannel